

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Setiap manusia pasti pernah merasakan nyeri dan hal tersebut sangat mengganggu dalam aktivitas sehari-hari pada saat melakukan gerakan dan sangat membatasi fungsi dari gerakan yang dilakukan, dengan demikian nyeri sangat mempengaruhi setiap aktivitas. Menurut IASP (*International Association for the Study of Pain*) definisi tentang nyeri dalam buku *Encyclopedia of Pain* yang ditulis oleh Robert dan William (2007) adalah perasaan dan pengalaman emosi yang tidak menyenangkan atau rasa tidak enak dan berhubungan secara nyata atau potensial dengan ditandai adanya kerusakan jaringan. Salah satu kondisi yang dapat menimbulkan nyeri ialah kondisi *myofascial pain syndrome*.

Kumala (1998) mengatakan bahwa *Myofascial pain syndrome* merupakan suatu kondisi dengan banyak kumpulan tanda dan gejala yang diakibatkan adanya gangguan kerusakan struktur jaringan *fascia* dan otot. Adapun tanda dan gejala-nya ialah terdapat *trigger point* yakni *regio* otot yang mengalami hiperiritasi dan menjadi hipersensitif pada *taut band* pada otot yang mengalami *myofascial pain syndrome*, dan akan terasa nyeri apabila dilakukan penekanan, ciri-ciri yang khas pada gejala ini adalah *Referred Pain* (Nyeri Menjalar), *Motor Dysfunction* (Gangguan gerak), dan *Autonomic Phenomena* (fenomena otonomi) (McPartland dan Simons, 2006).

Dommerholt dan Petter (2011) seorang fisioterapist dari Canada menyatakan bahwa 19% orang dewasa di Benua Eropa diidentifikasi mengalami *Long-Lasting Pain*. Sedangkan penelitian yang dilakukan di Spanyol oleh Fernandez dalam David G (2007) sebanyak 30 pasien dengan keluhan nyeri leher menjalar yang sebelumnya didiagnosa dengan *neck pain syndrome* dan *shoulder pain syndrome* yang mereka masukan dalam penelitiannya, kemudian setelah dilakukan serangkaian pemeriksaan dihasilkan bahwa 66.6% mengalami *myofasial trigger points* (MTrPs) pada otot *Sternocleidomastoid* kiri, dan 83.3% pada kanannya, lalu pada otot *upper trapezius* kiri 70.0%, kanan 63.3% dan pada otot *levator scapula* kiri 30.0% dan kanan 26.6% mengalami MTrPs.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Lestari (2009) pada penjahit di Kabupaten Grobogan, Jawa Tengah, yang dari 25 orang yang telah diteliti terdapat 16 orang yang didiagnosa mengalami Syndroma *Myofascial* Leher.

Menulis dengan media papan tulis pada pengajar sekolah menengah pertama biasanya dilakukan sebanyak 2 jam sampai 6 jam secara intensif, gerakan statis pada *fleksi shoulder* dan dilakukan secara *continue* bisa menyebabkan timbulnya *micro injury* yang menimbulkan *crosslink* pada otot penggerak utamanya (*Prime Movers*).

Diagnosa sedini mungkin setidaknya dapat memberikan informasi kepada penderita bahwa *myofascial pain* dapat diatasi dengan mudah dan dapat dilakukan sendiri oleh penderita, namun karena keterbatasan informasi

dan pengetahuan biasanya mereka mengabaikan hal tersebut sehingga akan memperburuk keadaan penderita.

Hal yang buruk itu akan membuat para pengajar atau para penderita akan mengalami kesulitan dalam proses belajar mengajar, sehingga banyak kerugian yang diakibatkan *myofascial pain* ini, apalagi jika sudah menimbulkan keterbatasan gerak pada penderita, maka guru tersebut akan sulit menulis di papan tulis untuk melakukan proses pengajaran. Dengan pemberian informasi dari segi fisioterapi yang pada dasarnya memiliki tujuan : (a) Promotif, (b) Preventif, (c) Kuratif, (d) serta Rehabilitatif. Pada penelitian ini peneliti akan memberikan edukasi cara preventif dan kuratif pada penderita *myofascial pain* yang dialami pengajar di sekolah menengah pertama negeri se-Surakarta yang dominan melakukan proses belajar mengajar menggunakan media papan tulis sebagai alat bantu penyampaian materi pada siswa dikelas.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Gerakan yang dilakukan oleh para pengajar saat menulis dipapan tulis pada umumnya memiliki kesamaan gerak yakni *fleksi shoulder*, gerakan naik turun dari pergelangan tangan pada saat menulis dengan sepidol ataupun kapur tulis, serta kepala yang membuat otot punggung bagian atas berkontraksi guna menahan beban tersebut. Sehingga menyebabkan otot-otot utama sebagai penggerak dari gerakan tersebut sering mengalami gerakan yang statis dan konstan. Otot-otot penggerak

utama dari gerakan diatas yakni *upper trapezius*, *deltoid anterior*, dan *biceps brachii* (Nelson and Kokkonen, 2007).

Dengan prevalensi kasus *myofascial pain syndrome* yang banyak tersebut serta masih kurangnya penelitian mengenai masalah tersebut di Indonesia mendasari penulis untuk meneliti lebih lanjut kasus *myofascial pain syndrome* ini khususnya pada area *upper back muscles* dan *shulder muscles*. Sebenarnya banyak penangan yang bisa dilakukan oleh fisioterapis dalam proses kuratif namun di sini peneliti beranggapan perlu adanya pencegahan terhadap penderita yang di khususkan pada para pengajar atau guru, sebabnya jika proses penyembuhan akan memerlukan waktu lama dan mengeluarkan biaya yang lumayan cukup besar.

Maka dari itu penulis mengharapkan *myofascial pain syndrome* otot *upper trapezius*, *deltoid anterior* dan *biceps brachii* pada para pengajar dapat dicegah dan mampu mengurangi resiko yang muncul jika sudah terjadi. Dari banyak hal yang di sebutkan diatas penulis ingin meneliti lebih dalam tentang tehnik pemeriksaan, tehnik provokasi, serta pemberian edukasi yang baik untuk para penderita *myofascial pain syndrome* khususnya pada *upper back muscles* dan *shulder muscles*.

C. PEMBATASAN MASALAH

Agar dapat melaksanakan penelitian yang terpusat pada permasalahan yang timbul, maka dalam penelitian ini, masalah-masalah yang akan diteliti dibatasi pada lama mengajar menggunakan media

papan tulis terhadap terjadinya *myofascial pain syndrome upper back muscles* dan *shulder muscles* pada pengajar SMPN Se-Surakarta.

D. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan dari uraian latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang ada maka penulis merumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

“ Apakah ada hubungan lama mengajar menggunakan media papan tulis terhadap terjadinya *myofascial pain syndrome upper back muscles* dan *shulder muscles* pada pengajar SMPN Se-Surakarta? “.

E. TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan penelitian yang ingin dalam penelitian ini dibagi dalam dua tujuan yakni :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh lama mengajar menggunakan media papan tulis terhadap terjadinya *myofascial pain syndrome upper back muscles* dan *shulder muscles* pada pengajar SMPN Se-Surakarta.

2. Tujuan Khusus

Untuk memberikan edukasi tentang penanganan secara mandiri dalam menangani *myofascial pain syndrome upper back muscles* dan *shulder muscles* pada pengajar SMPN Se-Surakarta.

F. MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diambil manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan serta pengalaman dalam mengembangkan potensi analisa pemeriksaan dan terutama di bidang fisioterapi.

2. Manfaat Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan edukasi kepada masyarakat mengenai *Myofascial Pain Syndrome* serta bagi para pengajar terutama pengajar SMPN Se-Surakarta.

3. Manfaat bagi Instansi

Memberikan informasi ilmiah kepada instansi mengenai *Myofascial Pain Syndrome*.

4. Manfaat Bagi Fisioterapi

Sebagai bentuk promosi tentang ilmu fisioterapi kepada masyarakat luas yang belum mengetahui spesifikasi dari fisioterapi.